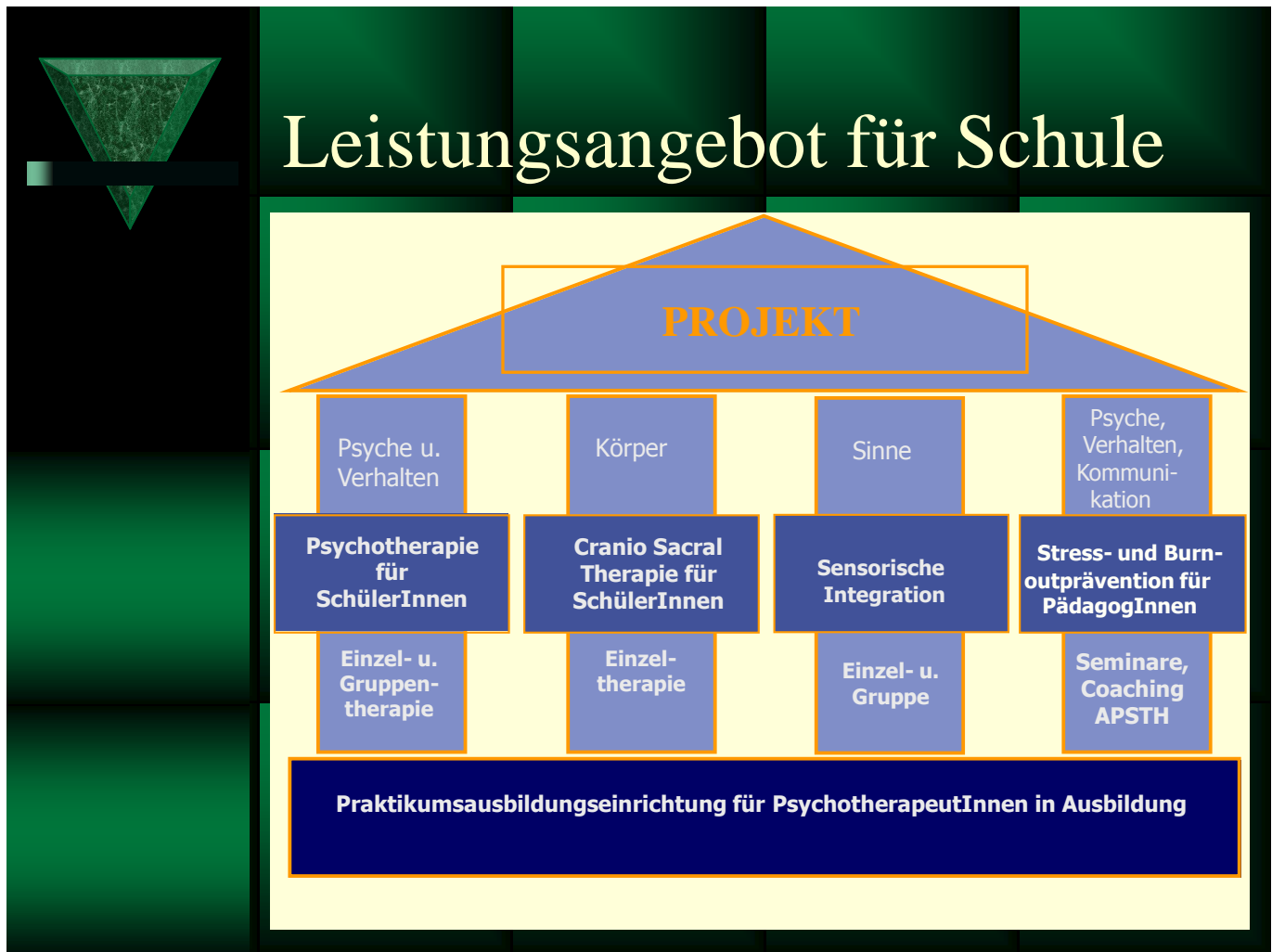


I. Projekt: „Innerschulische Gewalt- und Stressprävention“



Pädagogische sowie therapeutische Arbeit mit Jugendlichen, deren Verhalten oft in beeindruckend unberechenbarer Weise zum Ausdruck kommt, ist herausfordernd bis erschöpfend. Der hohe Erfolgsdruck steht der kaum vorhandenen Veränderungsmotivation gegenüber und führt oftmals zu einer negativ besetzten Etikettierung der SchülerInnen. Dies bedeutet, dass einerseits korrigierende Beziehungserfahrungen, aber auch Anstöße zur Selbstveränderung angeboten werden müssen. Die Schule kann diesen Anforderungen allein auf sich gestellt kaum mehr in vollem Ausmaß gerecht werden.

Gewaltpräventive Methoden fördern die Entwicklung positiver Lebenskonzepte. Dazu gehört die positive Stärkung des gesamten Menschen in seiner Persönlichkeitsentwicklung, die Entwicklung individueller Ressourcen und sozialer Verantwortung, die Stärkung des Selbstwertgefühles, die Fähigkeit zur Selbstreflexion, die Erweiterung kommunikativer und sozialer Kompetenz sowie die Schaffung entwicklungsfördernder Perspektiven.

Das Projekt „Innerschulische Gewalt- und Stressprävention“ vertritt ambitioniert das Anliegen, den psychotherapeutischen und kombinierten, multimodalen Ansatz in Hinblick auf Gewalt- und Stressprävention im schulischen Rahmen und unter den erschwerten Bedingungen in der Arbeit mit verhaltensauffälligen Jugendlichen als zielführend einzuschätzen.

II. Zielgruppen sind

1. - einerseits SchülerInnen von 6- 16, die durch ungünstige Lebenssituationen sozialisations -

und umweltbedingte Kommunikationsschwächen aufweisen sowie Gewalt aus der Täter - wie auch aus der Opferrolle erleben;

2.- andererseits Pädagogen/innen, die daran arbeiten wollen, ihre Arbeit mit einer Psychoenergie sparenden professionellen Grundhaltung wieder aufzunehmen, bei aller Seriosität einen Anteil Leichtigkeit im Umgang mit der Arbeit und dem eigenen Rollenverständnis zu entwickeln, produktiv mit Zeitlimit zu arbeiten, teaminterne Ressourcen schärfer wahr zu nehmen und strategisch zu nutzen, die effektive Gesprächsführung zu wahren und authentisch rhetorische und kommunikative Skills einzusetzen sowie die eigene Art und Weise des Herangehens an die Dinge, die persönliche Grundorientierung, den Umgang mit Zeit und das Stressverhalten zu optimieren. Die sich in der Folge ergebenden Erfolgserlebnisse fließen in die Re- Identifikation und Motivation mit ein.

3. - sowie eine Elternschaft, die sich pädagogisch - psychologische Erziehungsberatung wünscht, aber auch über gesetzliche Rahmenbedingungen im Bereich Jugendschutz und/oder Strafmündigkeit informiert werden will.

III. Ziel und Vision

des Projekts ist es, unter größtmöglicher Einbindung des schulischen Umfelds alle PädagogInnen eines Schulstandorts in ihrer Funktion als soziale und kommunikative Katalysatoren mit professioneller Sichtweise, aktiver und passiver Konfliktfähigkeit, besonderen methodischen und kommunikativen Skills und stresspräventiven Strategien auszustatten. Parallel dazu sollten SchülerInnen zum Ausformen zusätzlicher Persönlichkeitsstärke, Selbstverantwortung und auch sozialer und kommunikativer Ausdruckskraft befähigt werden.

1. Ziel dieses Projekts ist

1.a. Allgemein

- die Förderung und situationsadäquate Anwendung von allgemeiner und genderspezifischer Kommunikation,
- die Entwicklung, Festigung und Anwendung von Konfliktlösungsstrategien,
- die Umsetzung handlungs- und lösungsorientierter Trainingsprogramme im Sinne einer funktionierenden Gewaltprävention

1.b. SchülerInnen

- Schüler/innen mit geringem problematischen Verhalten vor einer Fehlentwicklung zu schützen, unerwünschtes Verhalten von sehr auffälligen Schüler/innen zu minimieren und der möglichen Gefährdung von Personen, Mitschülern sowie Lehrern vorzubeugen,
- Prozessentwicklung in Richtung introjezierter und identifizierter Regulation und Selbstbestimmung,
- Kompetenzentwicklung durch Informationszuwachs, Transparenz, klare Regelstrukturen und Feedbacktransfer,
- Die Entwicklung von Autonomie, Selbstbestimmung und Selbstverantwortung durch klar definierte Entscheidungssituationen.
- Verbesserung von Schlüsselqualifikationen wie Kommunikations-, Kooperations- und Teamfähigkeit,
- Erkennen, dass Symptome (Verhalten) ein Zeichen ihrer inneren Konflikte sind,
- Erweiterte Selbstexploration, angeregt durch Fragen und Gegenüberstellung von

Symptomatik und Erleben,

- Erkennen des Zusammenhanges zwischen körperlichen Beschwerden, Verhalten und psychischen Belastungen,
- Wahrnehmung und Verarbeitung der Eigen- und Tiefenwahrnehmung, des Gleichgewichtes und der Berührung sowie eine Verknüpfung mit den anderen Sinnen

1. c. PädagogInnen

- Entwicklung einer mit Psychoenergie sparenden professionellen Grundhaltung,
- die Wirkungen von Stress und seine Auslösefaktoren verstehen und in Bezug zur persönlichen Situation reflektieren;
- nicht in einer „gedanklichen“ Problemlösung zu verharren, sondern sich auf die Umsetzung zu konzentrieren,
- Auseinandersetzung und Konsensfindung über eine grundlegende pädagogische Orientierung,
- Erkennen und gegebenenfalls verändern der eigenen Arbeitsmethodik, des Stressverhaltens und des Umgangs mit der Zeit,
- Erweiterung und Stärkung der Selbstregulations- und Selbststärkungskompetenzen auf mentaler und körperlicher Ebene

IV. Unser Projekt bewegt sich auf der Mikro- und Mesoebene.

Schulintern arbeiten die Schulleiterin, die Lehrer, die Erzieher, die Beratungslehrerin, die Sozialarbeiterin und die Eltern an einer gewaltarmen Schulkultur mit.

Auf der Mesoebene wird das Projekt durch

- die Vernetzung von Hilfs- und Beratungsangeboten außerschulischer Organisationen
 - die enge Zusammenarbeit mit organisationsexternen Fachkapazitäten,
 - die verstärkte Präsenz von externen Trainern, PsychotherapeutInnen
- unterstützt.

Jeder dieser Aktionsbereiche zielte darauf ab, alle konkret oder potentiell am schulischen Konfliktgeschehen beteiligten Personen sowie die Öffentlichkeit des schulischen Umfelds in unterschiedlichem Ausmaß und zu unterschiedlichen Zeitpunkten mit einzubeziehen.

Diese Zusammenarbeit ermöglicht den optimalen Austausch von Kompetenzen sowie die Nutzung vielfältiger Ressourcen, die dem Ziel der Verminderung und Vorbeugung von Gewalt dienlich sind.

V. Projektaktivitäten

Alle Projektaktivitäten stehen auf systemischer und personenzentrierter Grundlage und sind daher nicht nur methodisch und didaktisch, sondern auch in ihrem Selbstverständnis vernetzt. Neben der notwendigen Vermittlung von Theorie und Modellen gestaltet sich die Aneignung von Kompetenzen interaktiv und setzt auf Erfahrungslernen kombiniert mit einem starken Praxisbezug zum Geschehen im Prozess selbst wie auch zur Alltagsrealität, die nach Möglichkeit „hereingeholt“ wird. Ausgleichende systematische und bewusste sportliche Betätigung, verknüpft mit den Inhalten der anderen Module, stellt sowohl begleitende physisch-mentale Grundlage wie auch Klammer des Aus- und Weiterbildungsgeschehens dar.

V.a. Psychotherapie für SchülerInnen

Psychotherapeutische Begleitung ist für Jugendliche mit besonderen Risiken und Defiziten bedeutsam, denn im Übergang zum Erwachsenenalter werden Weichen für den weiteren

Entwicklungsverlauf gelegt. Hochbelastete Familienstrukturen in Kombination mit Armut und ausgeprägten Kommunikationsschwächen erhöhen die Wahrscheinlichkeit der Störungs-Chronifizierung, da die meisten Jugendlichen in ihrem Umfeld bleiben, bzw. in problematischen Randgruppen „Halt und ein Zuhause“ suchen. Die Struktur oder der sicherheitsgebende Rahmen in Form der festgelegten Zeiten, des gleichbleibenden Ortes sowie der klaren Grenzen stellt einen Kontakt zur Wirklichkeit her und schenkt den notwendigen Halt für den ohnehin verunsicherten Teenager. Die persönliche Begegnung und die daraus entstehende Beziehung zwischen Therapeut und Jugendlichen steht im Vordergrund, denn dies bedeutet im besten Fall korrigierende emotionale Erfahrungen. Wechselseitige Spiegelungsphänomene sind hier zentrales Element der Behandlungsmethode und Behandlungsgegenstand, denn es geht grundsätzlich um das Wiederherstellen von Vertrauen zu sich selbst, zu anderen Menschen und zum Leben. Therapie für Jugendliche beinhaltet weniger die Aufarbeitung von Kindheitserlebnissen, sondern mehr die Behandlung von gegenwärtigen Problemen, Schwierigkeiten mit Gleichaltrigen, schulischen Belangen, Verliebtheit etc., aber auch die Auseinandersetzung mit Lebenszielen und Werten. Ausflüge in die Vergangenheit sollten eher kurz sein und nur dem Verstehen aktueller Beziehungserfahrungen dienen. In erster Linie erproben die jungen Klienten im therapeutischen Prozess Bewältigungsstrategien, eigene Problemlösungsfähigkeit und Handlungskompetenz.

Innerhalb unseres Projekts können wir bei schweren Verhaltensstörungen für regelmäßige Einzel- Therapiestunden aufkommen, müssen uns aber an folgende Voraussetzungen halten: Sind die Verhaltensprobleme auf

- a) mangelnde und nicht ausreichende Beziehungserfahrungen in den ersten Lebensjahren zurückzuführen,
- b) durch akute Traumatisierungen (innerfamiliäre Gewalteinwirkungen etc.) hervorgerufen oder, wenn es sich
- c) um ein chronifiziertes Verhalten handelt, dann gibt es die Möglichkeit, psychotherapeutisch zu handeln.
- d) Die Eltern müssen ihr schriftliches Einverständnis geben, sonst kann der Prozess nicht starten.

Der Gruppenpsychotherapeutische Prozess ermöglicht den Kindern und Jugendlichen, in einem geschützten Rahmen neue Erfahrungen zu machen, ihr oftmals verzerrtes Selbst- und Fremdbild zu überprüfen und direkte Rückmeldungen betreffend des eigenen Verhaltens zu bekommen. Parallel dazu steigern die SchülerInnen ihre kommunikative Kompetenz und erlernen Konfliktlösungsstrategien. In unserem Projekt arbeiten wir Klassen- intern aber auch Klassen- übergreifend mit Kleingruppen, die situationsbedingt zusammengestellt werden aber nicht zwingend konstant bleiben, sondern bedarfs- und prozessorientiert verändert werden können.

Cranio Sacral Therapie

Körper, Seele und Geist des Menschen sind eine Einheit, die sich wechselseitig beeinflussen. Die CST setzt beim Menschen als Ganzes an. Kinder, die durch aggressives Verhalten, oder aber auch durch massive Verschlussenheit und Ängstlichkeit auffallen, sind meist durch schwierige und belastende Zeiten gegangen. Der Zugang zu den tiefen emotionalen Erlebnissen ist oft durch sprachliche Ohnmacht verwehrt. Die Einbeziehung des Körpers in der CranioSacral Therapie öffnet diesen Zugang und erleichtert, begünstigt und vervielfacht die Wirkung einer parallel laufenden psychotherapeutischen Behandlung. Die liebevolle, achtsame und wertschätzende Zuwendung durch die CranioSacral Therapeutin und die Behandlung fördern ein Gefühl der Sicherheit und des „Angenommen Seins“, führt zu

körperlicher Entspannung und damit einhergehend zu einer Senkung des Erregungszustands des gesamten Systems Mensch (es kommt nachweislich zu einer deutlich geringeren Aktivität im körpereigenen aufsteigenden reticulären Aktivierungssystem = ARAS). Dadurch sind auch kognitive Fähigkeiten wieder leichter zugänglich: Ein entspanntes System kann im Gegensatz zu einem gestressten sinnvoller handeln.

Der Zugang zum eigenen Körper und zum eigenen emotionalen Erleben stärkt auch die Fähigkeit, das Gegenüber besser einschätzen zu können, und führt damit zu situationsadäquaterem Verhalten. Das Nachdenken vor dem Handeln wird ermöglicht. Selbstwahrnehmung, Selbstwert, Sicherheitsgefühl werden gestärkt und müssen so im besten Falle nicht mehr erkämpft werden.

Sensorische Integration

In der Sensorischen Integration im Dialog wird dem Kind über den strukturierten Raum mit den ausgewählten Materialien sowie über verbales und nonverbales Handeln des Therapeuten die Möglichkeit gegeben, weitgehend selbstbestimmt Sinnesnahrung aufzunehmen. Dabei begibt es sich spielerisch ganz von selbst auf sein Entwicklungsalter. Auf dieser Ebene kann das entwicklungsgestörte Kind mit sich selbst in Kontakt kommen. Das bedeutet nicht, dass das Kind spielen darf „was es will“, sondern es wird sanft im Hintergrund begleitet. Durch das Angebot im Raum, die grenzgebenden Spielregeln und die Pausen spielt das Kind mit seinen Stärken. Dinge, die wir nicht können, können wir auch nicht üben!

Stress- und Burnoutprävention/PädagogInnen

Die PädagogInnen sollen im Lauf des Prozesses in die Lage versetzt werden ihre Arbeit mit einer Psychoenergie sparenden professionellen Grundhaltung weiterzuführen.

Entwicklung eines praktikablen auf Nachhaltigkeit ausgerichteten bedürfnisorientierten Grundkonzepts.

Dieses Projekt- Paket beinhaltet folgende phasenverschobene Maßnahmen:

Vorträge: Stressprävention: Grundlagen und Zusammenhänge; Stress- und Folgewirkungen; Selbstregulations- und Selbststärkungskompetenzen; Ernährung und Stress

etc. **Coachingmaßnahmen:** Stress, Burnout, Mobbing, Umgang mit Überlastung und Aggression, Problembereich Arbeit/Familie/Eigenzeit, anlassbezogenes Coaching mit Trainingselementen etc.);

Regenerations- und Wohlfühlseminare:

Entspannung, Energiearbeit, Ausgleichender Sport, Body & Mind Fitness;

Kompetenz Trainings:

Professional Skill Training, Soziale und kommunikative Kompetenz, Rhetorik, Konfliktstrategien, Gesprächsführung, Teamdynamik etc;

Body & Mind Balance Training:

Motivationstraining, ausgleichender Sport, moderates Ausdauertraining,

Entspannungstraining, Wirbelsäulentraining, erlebnisorientierte Maßnahmen etc.

VI. Kooperationspartner

Stadtschulrat

Raiffeisen Bank International (Sponsoring),

ASG (Arbeitskreis für Sozialpsychologie und Gruppendynamik)

Upledger Cranio Sacral Therapeuten Österreich

Heilpädagogische Gesellschaft Wien

Polizei etc.